



## Creación de Material Alternativo

“Seminario para la elaboración de recursos en el área de Educación Física II”  
C.P.R. de Lorca. Marzo 2006.

### ZANCOS

**AUTORA: MARÍA LÓPEZ RUIZ**



### MATERIAL NECESARIO PARA SU CONSTRUCCIÓN:

- Dos botes grandes y cuerda de empaquetar.  
Forma de adquisición y coste:  
Los botes material desechable casero.  
La cuerda en ferreterías con coste bajo.
- Tijeras y un punzón grueso.



### ELABORACIÓN:

Dificultad de elaboración: Media

- 1) Con el punzón hacemos dos agujeros a ambos lados del bote.
- 2) Cortamos un trazo de cuerda. Su medida será la distancia entre el pie y el hombro del niño.
- 3) Introducimos el otro extremo de la cuerda por uno de los agujeros y hacemos un nudo para evitar que se salga.
- 4) Introducimos el otro extremo de la cuerda or el otro agujero y hacemos un nuevo nudo. ¡Ya tenemos un zanco!
- 5) Procedemos de la misma manera para fabricar el segundo zanco.



### UTILIDAD DICÁCTICA.

#### APLICACIONES:

- Andar sobre zancos tirando de las cuerdas coordinadamente.
- Seguir un circuito determinado sin salirse de el con los zancos.
- Hacer carreras entre compañeros, relevos con y sin testigo, etc.

**EDAD RECOMENDADA:** 8-10 años.



# Creación de Material Alternativo

"Seminario para la elaboración de recursos en el área de Educación Física II"  
C.P.R. de Lorca. Marzo 2006.

